

Jangan Mengonsumsi Obat tanpa Konsultasi Dokter

Masyarakat harus bijaksana dalam mengonsumsi obat.

JAKARTA(IM) - Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Ari Fahrial Syam mengajak masyarakat untuk bijak mengonsumsi obat di masa pandemi Covid-19. Salah satu dampak pandemi buat masyarakat mereka takut datang ke rumah sakit.

"Akibatnya mereka yang punya lambung akan mengobati dirinya sendiri. Gangguan lambung berhubungan erat dengan masalah

stress," kata dokter spesialis penyakit dalam itu dalam keterangan tertulis, Senin (29/3).

Padahal, Ari mengatakan saat ini ada telemedis atau pelayanan medis jarak-jauh. Menurut dia sebenarnya juga aman untuk berobat ke rumah sakit bertemu langsung dengan dokter karena rumah sakit telah menerapkan protokol kesehatan dengan baik.

Protokol kesehatan itu diantaranya pembatasan jumlah pasien

yang berobat sehingga tidak menumpuk dalam satu tempat, dan pemeriksaan suhu sebelum masuk ke gedung poliklinik." Masyarakat harus bijaksana dalam mengonsumsi obat apalagi jika obat akan dikonsumsi dalam jangka panjang," ujar Ari.

Oleh karena itu, masyarakat tetap harus berkonsultasi dengan dokter untuk mencegah hal-hal yang tidak diinginkan untuk penggunaan obat tertentu untuk jangka panjang. Ari menuturkan memang untuk kasus-kasus sakit lambung, jika kebetulan sedang kambuh, penggunaan obat penekan asam lambung misal obat

penghambat pompa proton bisa mengurangi keluhan bahkan menghilangkan keluhan.

Obat penghambat pompa proton yang saat ini beredar di Indonesia antara lain omeprazole, lansoprazole, pantoprazole, esomeprazole, dan rabeprazole. Namun, masalahnya adalah

pasien kadang kala mengonsumsi obat itu secara terus menerus tanpa aturan dari dokter. Sementara obat penghambat pompa proton itu akan menekan sel parietal di lambung untuk memproduksi asam lambung. Jika proses penekanan secara jangka panjang akan menyebabkan ter-

jadinya perubahan fisiologi berupa peningkatan hormon gastrin dan kromogranin A dan perubahan hormonal ini akan merangsang terjadinya proliferasi dari fundic gland.

Dalam tiga minggu berturut-turut, Ari menemukan kasus polip lambung dan hasil pemeriksaan biopsi menunjukkan suatu Fundic Gastric Polyps. Semua polip yang terdeteksi di ambil (polipektomi) melalui endoskopi. Indikasi pasien itu dilakukan endoskopi karena mengalami sakit maag yang bolak balik kambuh dan tetap mengonsumsi obat penekan produksi asam lambung. ● tom

Cek Tekanan Darah Bisa di Rumah, Simak Caranya

JAKARTA(IM)- Rutin memeriksa tekanan darah adalah hal yang sangat baik. Namun terkadang beberapa orang jarang melakukannya karena malas pergi ke fasilitas layanan kesehatan. Tapi tenang saja, mengecek tekanan darah ternyata bisa dilakukan di rumah.

Menurut Layanan Kesehatan Nasional Inggris (NHS), cek tekanan darah di rumah bisa memberikan refleksi yang lebih baik. Sebab, melakukan pemer-

iksaan di sejumlah tempat seperti klinik dapat membuat seseorang merasa cemas dan memengaruhi hasilnya.

Sebagaimana dilansir laman Express, Senin (29/3), memeriksa tekanan darah di rumah juga memungkinkan memantau kondisi dengan lebih mudah dalam jangka panjang. Ketika sudah memilih mengecek tekanan

darah di rumah, ada sejumlah faktor yang harus diperhatikan. The British Heart Foundation merekomendasikan lima langkah

berikut:

1. Tanyakan kepada dokter Jika dokter meminta mengukur tekanan darah di rumah untuk mendiagnosis hipertensi atau tekanan darah, mereka akan menyediakan monitor pengukur yang dapat Anda pinjam untuk jangka waktu tertentu.

2. Pilih monitor dengan manset di lengan

Jika harus membeli monitor pengukur, pastikan pilih yang mengecek tekanan darah di lengan atas, bukan di

pergelangan tangan atau jari.

3. Pastikan ukuran

Pastikan ukuran manset tepat untuk lengan Anda. Ini harus melingkari lengan atas Anda dengan ruang yang cukup untuk menggeser dua ujung jari di bawahnya. Kebanyakan monitor tekanan darah di rumah dilengkapi dengan manset berukuran sedang.

Jika lengan atas Anda lebih besar atau lebih kecil dari rata-rata, maka perlu membeli manset dengan ukuran berbeda

secara terpisah.

Berdasarkan Blood Pressure Nutrition, Anda bisa mengetahui tekanan darah sistolik tanpa harus menggunakan monitor tekanan darah. Cara melakukan ini perlu mencari denyut radial di bawah ibu jari dan di atas pergelangan tangan. Jika Anda dapat merasakan denyut nadi tanpa kesulitan, tekanan darah sistolik Anda setidaknya 80 mmHg. Secara umum, tekanan darah normal dianggap kurang dari 120/80. ● tom

SAMBUNGAN

Al-Baghdadi masih teramat kuat, walaupun Abu Bakr telah meninggal dunia. Selain itu, dia menilai pelaku

Kelompok Teroris Makassar Targetkan...

aksi teror bom itu hanya memikirkan jangka pendek saja.

"Kelompok JAD ini tidak

pernah berhenti. Mereka memegang perintahnya Abu Bakr Al-Baghdadi, dia itu walaupun sudah tidak me-

mimpin ISIS tetapi pesan pesannya masih dipegang. Mereka ini tidak punya struktural yang komplet dan besar.

DARI HAL 1

Bagi mereka yang penting maksud dan tujuan mereka untuk melakukan aksi tercapai," tuturnya. ● mar

Pasutri Pelaku Bom Bunuh Diri di Gereja...

Menurut Argo, identitas laki-laki tersebut diketahui L sementara yang wanita YSF pekerjaan swasta. "Penyelidikan masih terus dilakukan termasuk mengungkap pelakunya lainnya," ujar Argo.

Dia mengatakan, sejumlah tempat sudah digeledah untuk mencari bukti lainnya. Termasuk rumah pelaku.

"Kami tunggu hasil kerja anggota di lapangan. Dan kami berharap semua dapat diung-

kap dengan jelas," tutur Argo.

Argo mengungkapkan, pelaku merupakan bagian dari kelompok JAD yang pernah melakukan pemboman di Jolo Filipina. Terduga diketahui berafiliasi dengan kelompok Jamaah Ansharut Daulah (JAD).

Sementara itu, jumlah korban luka akibat bom bunuh diri yang masih dirawat di rumah sakit tinggal 15 orang. 13 diantaranya di rawat di RS Bhayangkari Makassar dan 2

lainnya di RS Siloam.

"Dari 19 korban luka saat ini tinggal 15 orang, 4 lainnya dipulihkan pulang menjelang rawat jalan," kata Argo.

Surat Wasiat

Menurut informasi dari kepolisian, L ternyata sempat meninggalkan surat wasiat untuk orangtuanya. Dalam surat itu, L berpamitan kepada orangtuanya dan mengaku siap mati.

"Perlu kita informasikan, Saudara L sempat meninggalkan surat wasiat kepada orangtuanya yang isinya mengatakan yang bersangkutan berpamitan dan siap mati syahid," ujar Kapolri Jenderal Listyo Sigit Prabowo dalam konferensi pers dari Makassar, Senin (29/3).

Saat melakukan aksinya, L tidak sendiri. Ia bersama seorang perempuan, YSF yang belakangan diketahui merupakan sang istrinya. Listyo

Sigit mengatakan, L dan YSF menikah enam bulan lalu.

"Saudara L dan YSF enam bulan dinikahkan oleh Rifaldi yang beberapa waktu telah ditangkap pada Januari," tuturnya.

Ia menjelaskan, mereka merupakan bagian dari Jamaah Ansharut Daulah (JAD) yang pernah melakukan aksi serupa di Katedral Our Lady of Mount Carmel, Pulau Jolo, Filipina Selatan. ● mar

73 Persen Responden Mau Divaksin Jika...

sudah divaksin, sebanyak 66,4 persen warga mau divaksin, 23,4 persen tidak pasti mau divaksin, dan 10,2 persen tidak menjawab.

Kemudian, jika tahu ketua partai yang didukung sudah divaksin, sebanyak 53,1 persen warga pasti mau divaksin, 36,4 persen tidak pasti mau divaksin, dan 10,5 persen tidak menjawab.

Lalu, jika tahu tokoh agama sudah divaksin, ada 60,2

persen warga yang pasti mau divaksin, 27,8 persen tidak pasti mau divaksin, dan 12 persen tidak menjawab.

"Jika tahu tokoh adat atau suku sudah divaksin, ada 65,1 persen yang pasti mau divaksin, 25,5 persen tidak pasti mau divaksin, dan 9,4 persen tidak menjawab," ujar Deni.

Kendati demikian, kata Deni, survei menunjukkan bahwa kesediaan melakukan vaksinasi di

kalangan pemilih Prabowo pada Pilpres 2019 hanya 46 persen, atau jauh di bawah pemilih Jokowi sebesar 71 persen.

Namun, begitu dikatakan bahwa Prabowo sudah divaksin, persentase pemilih Prabowo yang mau divaksin meningkat dari 46 persen menjadi 67 persen. Menurut Deni, temuan ini bisa dimanfaatkan pemerintah dalam meningkatkan kesediaan masyarakat

untuk vaksinasi. Apalagi, survei SMRC beberapa waktu lalu menemukan bahwa hanya 61 persen warga yang bersedia divaksin.

"Data ini menunjukkan pemerintah perlu menampilkan dokter dan Prabowo sebagai tokoh yang sudah divaksin agar tingkat kesediaan masyarakat bisa meningkat," kata Deni.

Adapun survei eksperimen berskala nasional ini digelar

pada 23-26 Maret 2021 dengan melibatkan 1.401 responden yang dipilih secara acak.

Desain eksperimen diterapkan dengan membagi sampel ke dalam 7 kelompok secara acak (1 kelompok kontrol dan 6 kelompok treatment) dan setiap kelompok mendapat satu pertanyaan yang berbeda dengan kelompok lainnya. Wawancara dengan responden dilakukan lewat telepon. ● mar

Polisi Diminta Ungkap Penyebab...

hitam pekat tampak menjulang tinggi. Ada lebih dari tiga titik api kecil lainnya yang juga masih mengeluarkan asap.

Berdasarkan data dari BPBD Kabupaten Indramayu, ada 5 korban mengalami luka berat dan 15 korban lainnya mengalami luka ringan.

Warga yang tinggal dekat area PT Pertamina RU VI Balongan diungsikan di dua lokasi, yaitu GOR PB dengan jumlah pengungsi sebanyak 220 orang dan Pendopo Kantor Bupati Indramayu, sekitar 300 orang.

Penutupan jalan di sekitar kawasan kilang minyak Balongan yang terbakar diperluas. Hal itu terungkap usai akun Instagram @indramayuterkini mempostingnya, Senin (29/3). Dalam postingan terlihat banyak sejumlah jalan yang mengalami penutupan.

"Jalan Raya Ibu Tien juga mengalami penutupan Jalan. Seluruh kendaraan dialihkan melalui Gadingan - Sliyeg melalui Desa Tugu," katanya dalam caption yang ditulis.

Dalam video itu juga memperlihatkan kondisi jalanan yang ditutup dan diblokade. Sejumlah aparat dari kepolisian, Satpol PP, hingga lainnya tampak berjaga di kawasan itu. Mereka melarang siapapun masuk melintas di jalan tersebut.

Selain Jalan Ibu Tien, jalan utama menuju Balongan lebih dulu ditutup. Jalan ini merupakan salah satu akses menuju kawasan Kilang Minyak balongan di sana.

"Jalan Raya Balongan Indramayu masih ditutup untuk umum. Kendaraan yang akan melintas dari Indramayu - Cirebon dialihkan melalui Jalan

Ibu Tien," kata akun @indramayuterkini dalam postingan sebelumnya.

Kini, dengan ditutupnya dua akses itu, lalu lintas menuju Cirebon - Indramayu maupun sebaliknya dialihkan melalui sejumlah jalan desa di sekitaran Indramayu.

Polisi mengimbau masyarakat menjauhi lokasi kebakaran. Hal itu guna mempercepat proses pemadaman.

"Pemadaman sedang dilakukan oleh aparat, dan tentunya masyarakat diimbau untuk mengikuti perintah dari aparat keamanan," kata Karo Penmas Divisi Humas Polri Brigjen Rusdi Hartono di Jakarta, Senin (29/3).

Rusdi meminta warga yang tidak memiliki kepentingan diimbau untuk tidak mendekati. Hal itu juga demi keselamatan dan keamanan dari warga

tersebut.

"Dalam rangka mempercepat proses pemadaman kebakaran dan juga menjaga keselamatan warga masyarakat," ujar Rusdi.

Ketua Lembaga Bantuan Hukum Partai Perindo Ricky K. Margono, meminta aparat kepolisian mengungkap peristiwa kebakaran kilang minyak milik PT Pertamina itu.

"Semoga saja polisi dapat segera mengungkap kejadian tersebut, dan masyarakat dapat merasa lega, karena mengetahui apa penyebab kebakaran tersebut," ujar Ricky, Senin (29/3).

Ricky mengatakan, berdasarkan keterangan PT Pertamina kepada media hingga saat ini kejadian ledakan kilang minyak itu belum diketahui penyebabnya. Namun, pada saat kejadian disebutkan sedang dalam keadaan

hujan disertai petir.

Kemungkinan lainnya yakni adanya faktor human error hingga kemudian ledakan disertai kebakaran hebat terjadi di kilang minyak milik PT Pertamina Balongan tersebut.

"Kebakaran bisa saja disebabkan, karena force majeure atau faktor alam, tapi juga tidak menutup kemungkinan dengan adanya faktor kelalaian manusianya. Atau, mungkin juga ada unsur kesengajaan yang dilakukan oleh pihak-pihak yang tidak bertanggung jawab dengan tujuan tertentu misalnya," ungkapnya.

Namun demikian, Ricky tidak ingin menuduh pihak mana yang bersalah dalam peristiwa kebakaran kilang balongan ini. Menurutinya, penyidik harus lebih jeli mendalami kasus ini dan bekerja sama dengan pihak-pihak terkait. ● mar

Jumlah yang Terinfeksi Virus Korona...

Akan tetapi, jumlah pasien yang meninggal setelah terpapar Covid-19 juga terus bertambah setiap hari. Pada periode 28-29 Maret 2021, ada 132 pasien Covid-19 yang meninggal dunia. Sehingga, angka kematian

akibat Covid-19 mencapai 40.581 orang sejak awal pandemi. Dengan data tersebut, maka saat ini tercatat ada 123.694 kasus aktif Covid-19. Kasus aktif adalah pasien yang masih terkonfirmasi positif virus corona, dan menjalani perawatan

di rumah sakit atau isolasi mandiri. Selain itu, pemerintah juga mencatat bahwa kini terdapat 59.473 orang yang berstatus suspek.

Jabar Tertinggi

Kasus baru positif Covid-19

tersebar di 32 provinsi dan tercatat dua provinsi yang tidak mengalami penambahan kasus baru yaitu Kalimantan Barat dan Maluku. Sementara lima provinsi tercatat dengan penambahan kasus baru tertinggi.

Kelima provinsi itu yakni Jawa Barat (1.610 kasus baru), DKI Jakarta (1.014 kasus baru). Lalu, Jawa Tengah (388 kasus baru), Banten (328 kasus baru) dan Kalimantan Selatan (275 kasus baru). ● mar

Sudah Berusia 91 Tahun...

Tuhan menghendakinya. Tinggal di kota kecil Camden, Arkansas, AS, "Buckshot" Smith bekerja sebagai deputy sheriff. Dia sebenarnya sempat pensiun ketika mengabdikan selama 46 tahun. Namun, beberapa bulan setelah pensiun, "Buck-

shot" Smith rupanya sangat merindukan pekerjaannya dan memilih kembali bertugas.

Di satu sisi, "Buckshot" Smith merupakan petugas yang dicintai sekaligus dikenal di seluruh kota. Pejabat Humas Dana Weatherby mengatakan,

semua orang pasti berhenti lalu mengobrol ketika bertemu dengan "Buckshot" Smith.

"Buckshot" Smith menuturkan, dia ingin menjadi petugas polisi dan itulah yang mendorongnya untuk bergabung dengan kepolisian

pada 1960-an.

Texann Shadden, seorang koordinator pelatihan di departemen tersebut, menggambarkan "Buckshot" Smith sebagai orang yang berdedikasi tinggi. Shadden ingat ketika salju turun begitu parah dan Smith

"Buckshot" rela berjalan sekitar tiga blok untuk bekerja karena mobilnya tertutup salju.

Dia menambahkan, pengetahuan "Buckshot" Smith tentang kota tersebut sangat bermanfaat ketika dia bertugas selama bertahun-tahun di kepolisian. ● osm

Pakar Minta Penyintas Covid-19 Segera Vaksinasi

JAKARTA(IM)- Seorang ilmuwan yang merupakan asisten Profesor Klinik Imunologi, Universitas Carolina Selatan, Jennifer T. Grier, meminta semua masyarakat yang telah memiliki kesempatan untuk vaksin Covid-19 untuk segera mendapatkan vaksinya. Termasuk orang-orang yang pernah terinfeksi virus pandemi tersebut. Dalam tulisannya yang dilansir laman The Conversation, Minggu (28/3), dia menyebut vaksin COVID-19 menghasilkan respons antibodi dan sel T. Kedua hal ini jauh lebih kuat dan lebih konsisten daripada kekebalan dari infeksi alami.

"Situ studi menemukan, empat bulan setelah menerima dosis pertama vaksin Moderna, 100 persen orang yang diuji memiliki antibodi terhadap SARS-CoV-2. Ini adalah periode terpanjang yang dipelajari sejauh ini," tulis Grier dalam laman itu.

Dia melanjutkan, dalam sebuah penelitian yang mengamati vaksin Pfizer dan Moderna, tingkat antibodi juga jauh lebih tinggi pada orang yang divaksinasi, dibandingkan mereka yang telah pulih dari infeksi. Lebih baik lagi, kata dia, sebuah penelitian di Israel menunjukkan bahwa vaksin Pfizer memblokir 90 persen infeksi setelah kedua dosis, bahkan dengan varian yang ada pada populasi.

"Dan penurunan infeksi berarti orang lebih kecil kemungkinannya untuk menularkan virus ke orang di sekitar mereka," kata dia.

Vaksin COVID-19 disebut Grier memang tidak sempurna. Namun, itu menghasilkan antibodi kuat dan respons sel T yang menawarkan cara perlindungan yang lebih aman dan andal daripada kekebalan alami. Dalam apa yang dipelajarinya, kekebalan setelah infeksi, tidak dapat diprediksi. Kekebalan berasal dari kemampuan sistem kekebalan untuk mengingat suatu infeksi. Dengan menggunakan memori kekebalan ini, tubuh akan tahu cara melawan jika penyakit itu muncul lagi.

Antibodi adalah protein

yang dapat mengikat virus dan mencegah infeksi. Sel T adalah sel yang mengarahkan pengangkatan sel yang terinfeksi dan virus yang sudah diikat oleh antibodi. "Keduanya adalah beberapa pemain utama yang berkontribusi pada kekebalan," jelas dia.

Setelah infeksi SARS-CoV-2, kata Grier, respons antibodi dan sel T seseorang mungkin cukup kuat untuk memberikan perlindungan terhadap infeksi ulang. Penelitian menunjukkan bahwa 91 persen orang yang mengembangkan antibodi melawan virus corona kemungkinan tidak akan terinfeksi lagi dalam enam bulan, bahkan setelah infeksi ringan.

Orang yang tidak memiliki gejala selama infeksi juga cenderung mengembangkan kekebalan, meskipun mereka cenderung membuat lebih sedikit antibodi dibandingkan orang yang terinfeksi tidak memiliki antibodi yang dapat dideteksi, dan hingga 7 persen orang tidak memiliki sel T yang mengalami virus 30 hari setelah infeksi," kata dia.

Untuk orang yang mengembangkan kekebalan, kekuatan dan durasi perlindungan bisa sangat bervariasi. Hingga lima persen orang mungkin kehilangan perlindungan kekebalan mereka dalam beberapa bulan. Tanpa pertahanan kekebalan yang kuat, orang-orang ini rentan terhadap infeksi ulang oleh virus corona. Beberapa mengalami serangan Covid-19 kedua segera setelah satu bulan setelah infeksi pertama mereka; dan, meskipun jarang, beberapa orang dirawat di rumah sakit atau bahkan meninggal.

Seseorang yang terinfeksi kembali mungkin juga dapat menularkan virus corona bahkan tanpa merasa sakit. Hal ini dapat membahayakan orang yang dicintai. Namun sejauh ini, belum ada data pasti tentang varian baru virus corona dan kekebalan alami atau infeksi ulang, tetapi ada kemungkinan kekebalan dari satu infeksi tidak akan sekuat infeksi dengan varian lain. ● tom

SAMBUNGAN

Langit Berubah...

Mongolia yang dilanda kekeringan dan Tiongkok barat laut.

Guardian melaporkan pada Senin (29/3), jarak pandang di kota berkurang, dengan puncak beberapa gedung pencakar langit tertutup oleh badai pasir. Pejalan kaki terpaksa menutupi mata mereka saat embusan debu menyapu jalanan.

Administrasi Meteorologi Tiongkok mengeluarkan peringatan kuning pada Jumat (26/3) lalu. Peringatan ini mengisyaratkan bahwa badai pasir sudah menyebar dari Mongolia ke provinsi Tiongkok utara termasuk Mongolia Dalam, Shanxi, Liaoning dan Hebei, yang menggilingi Beijing.

Saat badai pasir melanda Beijing pada Minggu pagi, tingkat polusi udara naik ke level maksimum 500, menurut indeks kualitas udara Beijing Kadar polutan PM10, yang dapat menembus paru-paru, melewati 2.000 mikrogram per meter kubik.

Sementara kadar PM2.5, partikel lebih kecil yang dapat masuk sampai ke aliran darah, mencapai 462. Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan konsentrasi PM2.5 harian rata-rata hanya 25.

Badai menyebabkan kekacauan di bandara di Mongolia Dalam. Lebih dari setengah penerbangan dibatalkan dari bandara Baotou dan Chifeng karena jarak pandang

yang buruk, menurut laporan South China Morning Post.

Administrasi Meteorologi Tiongkok mengatakan badai pasir baru-baru ini berasal dari Mongolia. Di mana suhu yang relatif lebih hangat pada musim semi saja dan berkurangnya curah hujan mengakibatkan lebih banyak area tanah gundul.

"Dinamika badai pasir dan transmisi debu masih bagus sekarang," kata Zhang Tao, kepala peramal Pusat Meteorologi Observatorium Tiongkok kepada People's Daily yang dikelola pemerintah, Senin (29/3).

Zhang mengatakan Tiongkok utara dan barat laut memiliki lebih sedikit tutupan salju dan hujan tahun ini. Sementara suhu sejak Februari lebih tinggi. Kondisi tersebut menyebabkan kekeringan terjadi lebih parah dan cuaca berdebu, mendorong oleh angin yang lebih kuat dari biasanya.

"Suhu rata-rata di Mongolia dan Tiongkok utara sekitar 6 derajat Celsius lebih tinggi dari suhu normal musim panas Maret," kata Zhang.

Deforestasi skala besar juga dianggap sebagai faktor penyebab badai debu di China. Beijing telah menanam "tombok hijau besar" dari pepohonan, untuk memerangkap debu yang masuk. China juga mencoba membuat koridor udara yang menyalurkan angin dan memungkinkan pasir dan polutan lainnya lewat lebih cepat. ● osm

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Prayan Purba.
PENANGGUNG JAWAB: Bambang Suryo Sularso.
KORDINATOR LIPUTAN/FOTO: Sukris Priatmo.
REDAKSI : Frans G, Vitus DP, Berman LR, Bambang Suryo Sularso.
ARTISTIK : M Rifki, James Donald, Indra Saputra.
SIRKULASI-PROMOSI : A Susanto, Nurbayin, Slamet, Ahyar, Ferry.
AGEN: JOGJA (Hidup Agency), **PADANG** (Karel Chandra), **PALEMBANG** (Angkasa), **SOLO** (ABC), **BELITUNG** (Naskafa Tjen). **PANGKAL PINANG** (Yuliani, John Tanzil), **BALIKPAPAN** dan **SAMARINDA** (Cv Gama Abadi, Alan/Tatang), **MAKASSAR** dan **MANADO** (Jefri/Meike, Jemmy), **TARAKAN KALTIM** (Ali), **BALI** (Swasti), **PEKANBARU** (Bob), **LAMPUNG** (Kartika), **SURABAYA**, **MEDAN** dan **PONTIANAK**.
KEUANGAN/IKLAN: Citta.
BIRO BOGOR : Subagiyo (Kepala Biro), Jaidarman.
BIRO TANGERANG: Johan (Kepala Biro).
BIRO BEKASI: Madong Lubis (Kabiro), Riston Pardamean Lubis, Kartoni Lubis.
BIRO SEMARANG : Tri Untoro.
BIRO BANDUNG: Lyster Marpaung.
BIRO BANTEN : Drs H Izul Jazuli (Kepala Biro), Stefano (Koordinator Berita Serang, Pandeglang dan Lebak).
BIRO LEBAK: Nofi Agustina (Kabiro).
BIRO JAMBI : Ratumas Sabar Riah, Rts Zuchriah.
HARGA ECERAN : Rp 2.500./leks (di luar kota Rp 3.000./leks), Harga Langganan Rp 50.000./Bulan.
PERCETAKAN : PT. International Media Web Printing
ALAMAT: Jl. Kapuk Kamal Raya No. 40-A, Jakarta Barat. (isi di luar tanggung jawab pencetakan).

Alamat Redaksi/Iklan : Gedung Guo Ji Ribao Lt 3
 Jalan Gunung Sahari XI No. 291 Jakarta Pusat 10720
 Telp : 021-6265566 pesawat 4000
 Fax : 021-639 7652.
 Twitter: International Media @redaksi_IM